



Il **DHA**, il cui acronimo sta per **acido docosaesaenoico**, è un acido grasso polinsaturo della famiglia degli Omega-3, ed è considerato semiessenziale poichè è prodotto in minima parte dal nostro organismo dunque risulta fondamentale la sua assunzione mediante alimentazione ed integrazione alimentare.

Controllo di vista, cuore, sistema immunitario e cervello sono le sue più note funzioni ascrivibili alla sua natura di acido grasso polinsaturo che esplica appunto un'azione antiaritmica, di controllo e diminuzione dei trigliceridi e di supporto delle funzioni cerebrali, visive e di sviluppo fetale.

Alle sue spiccate **attività metaboliche**, si affianca anche un'attività di salvaguardia della pelle, infatti nuovi studi clinici hanno suggerito come l'integrazione di questo acido grasso polinsaturo vanta importanti proprietà in grado di **sostenere il benessere e lo stato di salute della pelle** e supportare la stessa nel contrastare processi infiammatori quali ad esempio l'insorgere dell'acne.

